

། རང་སྤྱོད་རྩོམ་སྐབས་ཡུལ་རྗེས་བྱོམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་ལོངས་བཤགས་སྤོན་ལམ་ཡང་དག་སྦྱང་དོར་གསལ་འདེབས་ཡོད།

Das Streben nach reiner Unterscheidung

Das Gebet, mit dem man seine eigenen Fehler erkennt und sich an seine Zuflucht erinnert, zusammen mit einem reumütigen Bekenntnis, einer Wiedergutmachung und einem sehr reinen Bestreben, sich absolut klar darüber zu werden, was angenommen und was aufgegeben werden soll

von

Dudjom Rinpoche, Jigdral Yeshe Dorje

། ། ར་མོ་གུ་རུ་ཐེ།

NA MO GU RU BE

Verehrung Meister sich verneigen

Verehrung! Wir verneigen uns vor dem Meister.

བསྐྱལ་བཟང་ཞིང་གི་འདྲེན་མཚོག་ཤུགས་རྒྱལ།

KAL ZANG ZHING GI DREN CHO SHA KYAI GYAL

kalpa, gut Bereich, Sphäre von Führer, höchster Shakya Klan König
Aon Anführer (d.h. Buddha Shakyamuni)

(einer, in dem Dharma gelehrt wird)

Buddha Shakyamuni, der überragende Führer für das Universum während dieses guten Kalpa,

རྒྱལ་སྲས་བྱང་སེམས་འགྲོ་འདུལ་འཕགས་པའི་ཚོགས།

GYAL SAE JANG SEM DRO DUL PHA PAI TSHO

Sieger, Söhne Bodhisattvas Wesen kontrollieren, arya, edel Schar, Versammlung
Buddha erziehen

Edle Bodhisattvas, ihr versammelten Söhne des Siegers, die ihr die Wesen erzieht,

སྤྱིགས་འགྲོའི་སྤྱོད་པ་མཚུངས་མེད་གུ་རུ་ཐེ།

NYIG DROI KYO PA TSHUNG ME GU RU JE

Niedergehende Zeit Wesen Beschützer, ohne gleichen, Meister edel, überragend
Zuflucht unübertroffen

Kostbarer Guru, der unübertroffene Beschützer der Wesen in diesem Zeitalter des Niedergangs,

རྩ་གསུམ་ཚོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་ཚོགས་བཅས་ལ།

TSA SUM CHO KYONG DAM CHEN TSHO CHE LA

Wurzeln drei Dharma-Beschützer Gelübde-Halter Schar zusammen zu
(guru, deva, dakini)

Zusammen mit den Drei Wurzeln und den Scharen von Dharma-Beschützern und Gelübde-Haltern.

ཅེ་གཅིག་སྤྱིང་ནས་བྲན་པའི་གདུང་ཡུམ་གྱིས།

TSE CHI NYING NE DRAN PAI DUNG YUE KYI

eins-gerichtet Herz von Besinnung Sehnsucht, Verlangen, durch
total Hingabe

Mit der sehnsüchtigen Hingabe, mit der wir uns eins-gerichtet in der Tiefe unseres Herzens an euch erinnern

ཡང་ཡང་གསོལ་འདེབས་བྱུགས་དམ་བསྐྱལ་ལགས་ན།

YANG YANG SON DE THU DAM KUL LA NA

Wieder und wieder beten, ersuchen anrufen, tun falls, wenn
um Aufmerksamkeit bitten

Beten wir immer wieder, um eure Aufmerksamkeit zu wecken.

བཅུ་བཅུ་རྗེས་བཟུང་ཐོགས་མེད་ཐུགས་རྗེའི་མཐུས།

TSE WAE JE ZUNG THO ME THU JEI THU
mitfühlend, Folgende ungehindert des Mitgefühls durch diese Kraft
gütig

Durch deine Güte, durch die Kraft eures ungehinderten Mitgefühls für die, die dir folgen,

བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།

SAM DON CHO ZHIN DRU PAR JIN GYI LO
Gedanken Absicht, Dharma wie vollbringen, segne uns (und alle
Wert tun fühlenden Wesen)

Bitte segnet uns, dass unsere Gedanken und Absichten mit dem Dharma in Einklang stehen.

Buddha Shakyamuni, überragender Führer für das Universum während dieses guten Kalpa, edle Bodhisattoas, ihr versammelten Söhne des Siegreichen, die ihr die Wesen erzieht, kostbarer Guru, unübertroffener Beschützer der Wesen in diesem Zeitalter des Niedergangs, zusammen mit den Drei Wurzeln und den Scharen von Dharma-Beschützern und Gelübde-Haltern – mit der sehnsüchtigen Hingabe, in der wir uns aus der Tiefe unseres Herzens eins-gerichtet an euch erinnern, beten wir zu euch immer wieder, um eure Aufmerksamkeit zu wecken. Aufgrund eurer Güte, durch die Kraft eures ungehinderten Mitgefühls für eure Anhänger, segnet uns bitte, dass unsere Gedanken und Absichten im Einklang mit dem Dharma stehen.

སྔོན་ལས་མ་ཞན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ།

NGON LAE MA ZHAN MI LU RIN CHEN THO
früher Handlungen, frei von Greifen menschliche Existenz kostbar gewonnen
Karma (d.h. gut)

Aufgrund früherer Handlungen, die ohne Greifen durchgeführt wurden, haben wir diese kostbare menschliche Existenz erlangt.

བསོད་ནམས་མ་ཚུང་དམ་པའི་ཚོས་དང་མཇུག།

SO NAM MA CHUNG DAM PAI CHO DANG JAL
Verdienst nicht klein heilig, exzellent Dharma begegnen

Aufgrund unserer Verdienste, die keineswegs gering sind, sind wir dem heiligen Dharma begegnet.

སྐྱེ་མས་རྗེས་བཟུང་དབང་བྱིན་གདམས་ངག་ཐོབ།

LA MAE JE ZUNG WONG JIN DAM NGA THO
unser Guru die Folgenden Initiation Segen Unterweisungen erlangen

Unser Guru hat uns, die wir ihm folgen, erlaubt, Einweihung, Segen und Unterweisungen zu erhalten.

འོར་བུ་རང་ལག་རྩེད་པའི་དུས་བྱུང་ཡང་།

NOR BU RANG LA NYE PAI DUE JUNG YANG
Juwel eigen Hand bekommen Zeit, Gelegenheit ist erschienen doch
(d.h. den kostbaren menschlichen Körper, mit der Möglichkeit, zu praktizieren)

Dies ist die Zeit, in der wir das Juwel in der eigenen Hand halten, und doch,

ཅོལ་ཚུང་སྤྲེལ་འདྲ་བའི་རང་སེམས་འདི།

CHOL CHUNG TRE U DRA WAI RANG SEM DI
leichtfertige, unsinnige Handlungen Affe wie mein Geist so

Ist unser Geist, wie leichtsinnige Affen,

རྣམ་གཡེང་བསྐྱེད་བྱིན་འགོད་པའི་དབང་སོང་ནས།

NAM YENG LU TRI GONG POI WONG SONG NE
Stets wechselnd, getäuscht Dämonen, unter die Macht von ihnen geraten
Sehr instabil negative Kräfte

Völlig instabil, und so geraten wir unter die Macht der irreführenden negativen Kräfte und Dämonen.

རང་ལོ་རང་བདག་ཉམས་ལེན་མ་རུས་ཏེ།

RANG NOR **RANG DA** **NYAM LEN** **MA NU** **TE**
mein Juwel *wovon ich der Herr bin* *Praxis,* *kein Macht* *so hier*
kostbarer menschlicher Körper) *Vertrautheit*

Wir haben keine Macht, dieses Juwel, das uns selbst gehört, zu nutzen, und

དལ་འབྱོར་གདམས་ངག་ཆབ་གཅིག་ཚུད་བློས་ཤོར།

DAL JOR **DAM NGA** **CHAB CHI** **CHU ZOE SHOR**
die 8 Freiheiten und 10 *Unterweisung* *alles* *verschwendet*
Gelegenheiten einer kostbaren
Menschlichen Geburt

So werden die Unterweisungen, die wir zu den Freiheiten und Möglichkeiten erhalten haben, einfach weggeworfen.

Aufgrund früherer Handlungen, die wir ohne Greifen ausgeführt haben, haben wir diese kostbare menschliche Existenz erlangt. Aufgrund unseres Verdienstes, das keineswegs gering ist, sind wir dem heiligen Dharma begegnet. Unser Guru hat uns, die wir ihm folgen, erlaubt, Einweihung, Segen und Unterweisungen zu erhalten. Dies ist die Zeit, in der wir das Juwel direkt in unserer eigenen Hand halten, und doch ist unser Geist wie leichtfertige Affen völlig instabil, und so geraten wir unter die Macht irreführender negativer Kräfte und Dämonen. Wir haben keine Macht, dieses Juwel, das uns selbst gehört, zu nutzen, also werden die Anweisungen, die wir über die Freiheiten und Möglichkeiten erhalten haben, einfach weggeworfen.

ད་ལྟ་དོན་ཆེན་འགག་ལ་སྐྱབ་ཉེ་དུས།

DAN TA **DON** **CHEN** **GA** **LA** **THU NYE** **DU**
jetzt *Bedeutung, Wert* *groß* *Kreuz* *zu* *angekommen, getroffen* *Zeit*

Wir stehen jetzt an einer echten Wegkreuzung in unserem Leben.

ཞུས་ཚད་ཐོབ་ཚད་གནའ་བོའི་སྐྱུང་གཏམ་འད།

ZHU **TSHAE** **THO** **TSHAE** **NA WOI DRUNG TAM** **DRA**
gebeten *was immer* *bekommen* *was immer* *bedeutungslose Geschichten,* *wie*
an Menge *an Menge* *bloß interessante Ideen*

Um was auch immer wir gebeten haben, was auch immer wir erhalten haben, es scheint alles nur eine Art Geschichte zu sein.

ལུས་འདི་ཚོས་གཞུགས་ཚོས་པ་ཡིན་རྣམས་ཡང།

LU **DI** **CHO** **ZUG** **CHO PA** **YIN** **LOM** **YANG**
Körper, Leben dieser *Dharma* *Form* *Dharma-Person* *sein* *wie, wollen* *doch*
(und uns vorstellen,
dass wir es sind)

Wir wollen in Übereinstimmung mit dem Dharma leben und echte Dharma-Praktizierende sein, doch

སེམས་འདིས་ཡང་དག་ཚོས་པའི་རྗེས་མ་བློ།

SEM **DI** **YANG DA** **CHO PAI** **JE MA ZIN**
Geist *mein, dieser* *rein, perfekt* *Dharma-Praktizierender* *nicht erinnern zu sein*

Unser eigener Geist vergisst, was es bedeutet, eine reine Dharma-Person zu sein.

ལྟོ་ཚོས་ལྟོ་ཅི་མི་ཚོས་དྲིས་མ་གོས།

LHA CHO **TA** **CHI** **MI CHO** **DRI** **MA** **GO**
Dharma der Gottheiten *Sicht* *was* *menschlicher Dharma* *fragen nicht* *verstehen*
(d.h. reiner
Buddha-Dharma) *(d.h. Ideen und*
Konzepte)

Wir wissen nicht, wie wir etwas über die gewöhnlichen menschlichen Werte lernen können, geschweige denn über die Sichtweise des Buddha-Dharma, und

མི་ཚོས་གཙང་མ་བཅུ་བྱུག་གི་ཡུལ་ཙམ།

MI CHO	TSANG MA CHU DRU	GO YUL	TSAM
<i>menschlicher Dharma, Begriff</i>	<i>rein sechzehn (16 Regeln des guten Verhaltens, von King Trisong Doetsen gegeben)</i>	<i>vage etwas gehört</i>	<i>nur</i>

Wir haben nur eine vage Vorstellung von den sechzehn Regeln¹ des richtigen menschlichen Verhaltens.

རང་ལྟོས་སྲོད་དན་སྲུད་ལ་ངོ་ཚོ་བྲལ།

RANG	TOE	CHO	NGAN	CHAE	LA	NGO TSHA	DRAL
<i>selbst</i>	<i>beobachten</i>	<i>Verhalten</i>	<i>schlecht</i>	<i>getan</i>	<i>zu</i>	<i>schämen</i>	<i>ohne untersuchen</i>

Wir schämen uns nicht, wenn wir die schlechten Dinge sehen, die wir getan haben, aber

གཞན་ལྟོས་ཁྲེལ་གཞུང་ཕྱི་ཐག་བྲ་བའི་མཚུགས།

ZHAN	TOE	TREL ZHUNG	CHI THA	TRA WAI	JU
<i>andere</i>	<i>beobachten</i>	<i>moralische Empörung</i>	<i>Lasso, wie das Seil um den Hals eines Tieres</i>	<i>wie</i>	<i>festhalten</i>

Wir halten an moralischer Entrüstung fest, wenn wir das Verhalten anderer beobachten.

Wir stehen jetzt an einer echten Wegkreuzung in unserem Leben. Was auch immer wir erbeten haben, was auch immer wir erhalten haben, es scheint alles nur eine Art von Geschichte zu sein. Wir wollen in Übereinstimmung mit dem Dharma leben und echte Dharma-Praktizierende sein, doch unser eigener Geist vergisst, was es bedeutet, eine reine Dharma-Person zu sein. Wir wissen nicht, wie wir etwas über die gewöhnlichen menschlichen Werte lernen können, geschweige denn über die Sichtweise des Buddha-Dharma, und wir haben nur eine vage Vorstellung von den sechzehn Regeln¹ des richtigen menschlichen Verhaltens. Wir empfinden keine Scham, wenn wir die schlechten Dinge sehen, die wir getan haben, aber wir halten an moralischer Entrüstung fest, wenn wir das Verhalten anderer beobachten.

ལྷ་ཚོས་དག་བཅུ་ཡང་དག་ཉེ་མ་ཐོགས།

LHA CHO	GE	CHU	YANG DA	NGO MA THO
<i>Buddha-Dharma</i>	<i>Tugenden</i>	<i>zehn</i>	<i>sehr rein, perfekt</i>	<i>nicht erkennen oder verstehen</i>

Wir haben kein wirklich reines Verständnis der zehn² Tugenden gemäß dem Buddha-Dharma.

སྟོན་པ་གཅིག་གི་བསྟན་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས།

TON PA	CHI	GI	TAN	LA	CHO ZHEN	GYI
<i>Lehrer*</i>	<i>ein</i>	<i>von</i>	<i>Unterweisungen, Lehren</i>	<i>zu</i>	<i>Parteilichkeit</i>	<i>aufgrund</i>

*d.h. der Buddha, aller Linien und Unterweisungen

Aufgrund unserer partiischen Haltung gegenüber den Lehren des einen Lehrers, der sie alle gelehrt hat

ཚོས་དང་དམ་པར་སྐྱར་འདེབས་ལས་དན་བསགས།

CHO	DANG	DAM PAR	KUR DE	LAE	NGAN	SA
<i>Dharma</i>	<i>und</i>	<i>heilige Leute</i>	<i>beleidigen,</i>	<i>handeln,</i>	<i>schlecht</i>	<i>ansammeln</i>
<i>(d.h. andere Schulen, Linien und Lehrer)</i>			<i>verunglimpfen</i>	<i>Karma</i>		

Verunglimpfen wir den Dharma und die Heiligen und häufen so schlechtes Karma an.

ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིག་པའི་ཁུར་ཆེན་ཁྱེད།

CHO	LA	TEN	NE	DIG PAI	KHUR	CHEN	KHYER
<i>Dharma</i>	<i>zu</i>	<i>sich stützen auf</i>	<i>dann, doch</i>	<i>sündig</i>	<i>Last, Bürde</i>	<i>groß</i>	<i>tragen</i>

Und so tragen wir dadurch, dass wir uns scheinbar auf den Dharma stützen, nur eine große Last von Sünden mit uns herum.

ཐོས་པ་ཆེ་བཞིན་རང་མཐོང་ད་རྒྱལ་ཆེ།

THO PA	CHE	ZHIN	RANG THONG	NGA GYAL	CHE
<i>hören</i>	<i>groß, viel</i>	<i>als</i>	<i>sich ansehen</i>	<i>stolz</i>	<i>groß</i>

Wir haben viele Unterweisungen gehört und blicken mit großem Stolz auf uns selbst, doch

བསམ་པས་དབྱུང་དོན་གོ་བའི་གཏིང་མ་དཔོགས།

SAM PAE CHE DON GO WAI TING MA PO
 mit denken, Analyse, präzise Bedeutung verstehen tiefe nicht berühren,
 erwägen Definition erreichen

Wenn wir sie betrachten, gelangen wir nicht zu einem tiefen Verständnis der Bedeutung, die analysiert wird.

སོ་ཐར་ཚུལ་གྲིམས་བསྟུང་བར་རྫོམ་ན་ཡང་།

SO THAR TSHUL TRIM SUNG WAR LOM NA YANG
 Hinayana pratimoksha Gelübde Moral beschützen wünschen doch
 moralischer Disziplin

Wir möchten uns an das moralische Verhalten der Hinayana-Ordinationen halten,

དག་སྦྱང་ཚེས་བཞི་གར་སོང་ཆ་མེད་སྟོར།

GE JONG CHO ZHI GAR SONG CHA ME TOR
 tugendhafte Praxis, reines Dharmas, vier verstoßen ohne Spur verwerfen,
 Laienverhalten. Punkte weg

Dennoch handeln wir gegen die vier³ grundlegenden Punkte der tugendhaften Praxis und verwerfen sie völlig.

Wir haben kein wirklich reines Verständnis der zehn Tugenden² gemäß dem Buddha-Dharma. Aufgrund unserer voreingenommenen Haltung gegenüber den Lehren des einen Lehrers, der sie alle gelehrt hat, setzen wir den Dharma und die Heiligen herab und häufen so schlechtes Karma an. Und so tragen wir dadurch, dass wir uns scheinbar auf den Dharma verlassen, nur eine große Last von Sünden mit uns herum. Wir haben viele Lehren gehört und blicken mit großem Stolz auf uns selbst, doch wenn wir sie kontemplieren, gelangen wir nicht zu einem tiefen Verständnis der Bedeutung, die analysiert wird. Wir würden uns gerne an das moralische Verhalten der Hinayana-Ordinationen halten, doch wir handeln gegen die vier³ grundlegenden Punkte der tugendhaften Praxis und verwerfen sie völlig.

བྱང་སེམས་བསྐྱབ་ནོར་ལྡན་པར་རྫོམ་ན་ཡང་།

JANG SEM LAB NOR DEN PAR LOM NA YANG
 Bodhisattva Studium, Training Reichtum haben Wunsch, Verlangen jedoch

Wir würden gerne den Reichtum der Bodhisattva-Schulung besitzen,

ཚད་མེད་རྣམ་བཞི་རི་མའི་མར་མེ་འདྲ།

TSHAE ME NAM ZHI RI MOI MAR ME DRA
 unermesslich Art vier Zeichnung Butterlampe als
 (Liebe, Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut) (d.h. jenseits unserer Reichweite)

Doch die vier unermesslichen Einstellungen bleiben unerreichbar wie eine Bilderscheinung in einer Flamme.

གསལ་སྒྲགས་དམ་ཚིག་བསྟུང་བར་རྫོམ་ན་ཡང་།

SANG NGA DAM TSHIG SUNG WAR LOM NA YANG
 geheimes Mantra, Samaya beschützen, wahren Wunsch jedoch
 Vajrayana, Tantra heilige Gelübde

Wir möchten die tantrischen Samaya-Gelübde wahren,

རྩ་ལྗུང་དང་པོར་རྩི་མེད་སྤང་རྒྱུང་ཤོར།

TSA TUNG DANG POR TSI ME NANG CHUNG SHOR
 Wurzel Verfehlung zuerst nicht betrachten unbedeutend niederlegen,
 verwerfen

Doch wir beachten nicht einmal die erste Wurzelverfehlung, und wir verwerfen sie alle als unbedeutend.

སློལ་ལྡན་རྣམ་བཞི་ཁ་ནས་བཤད་ཤེས་ཀྱང་།

LO DO NAM ZHI KHA NE SHE SHE KYANG
 Haltung verändern, plural vier* Mund von erklären wissen wie jedoch
 revidieren

*kostbare menschliche Geburt, Karma, Unbeständigkeit und Tod, das Leiden in den sechs Daseinsbereichen.

Wir wissen, wie man die vier Ideen, welche die Einstellung verändern, verbal erklärt,

དོན་ལ་ཕྱི་གཞི་མིན་འདིར་སྤང་ཞེན་པས་སྤྱོད།

DON LA DOG MIN DIR NANG ZHEN PAE TON
Werte zu nicht umkehren dieses Leben Erscheinungen, Wunsch, zeigen, bloßstellen
Ereignisse Anhaftung

Doch unser Haften an den Ereignissen dieses Lebens stellt unsere anhaltende Verstrickung in weltliche Werte bloß.

སྲི་མ་བསྟེན་བཞིན་མོས་གུས་རིམ་གྱིས་གྲི།

LA MA TEN ZHIN MOE GUE RIM GYI TRI
Guru, Meister dienen als Hingabe Respekt allmählich abnehmen

Wir dienen dem Guru, doch unser Respekt und unsere Hingabe nehmen allmählich ab.

དག་སྤང་ཚབས་སུ་མཉམ་འགྲོགས་ལོག་པར་མཐོང་།

DA NANG TSHAB SU NYAM DRO LO PAR THONG
reine Sicht der anstatt gleich als Freund fälschlich sehen, interpretieren
Handlungen des Lehrers

Anstatt eine reine Sicht zu haben, sehen wir den Guru fälschlicherweise als einen Gleichgestellten und einen Freund.

Wir würden gerne die Reichtümer der Bodhisattva-Schulung besitzen, doch die vier unermesslichen Geisteshaltungen bleiben unerreichbar wie ein Bilderscheit, die in einer Flamme gesehen wird. Wir würden gerne die tantrischen Samaya-Gelübde aufrechterhalten, doch wir schenken nicht einmal der ersten Wurzelverfehlung Beachtung, sondern verwerfen sie alle als unwichtig. Wir verstehen uns darauf, verbal die vier Ideen zu erklären, welche die Einstellung verändern, doch unsere Haftung an die Ereignisse dieses Lebens entlarvt unsere fortwährende Verstrickung mit weltlichen Werten. Wir dienen dem Guru, doch unser Respekt und unsere Hingabe nehmen allmählich ab. Anstatt eine reine Sicht zu haben, sehen wir den Guru fälschlicherweise als einen Gleichgestellten und Freund.

དོ་ཇེ་སྤུན་ལ་བཅེ་གཤུང་བཀུར་སེམས་ཞེན།

DOR JE PUN LA TSE DUNG KUR SEM ZHAN
Dorje Brüder zu Güte Liebe beleidigende Einstellung wahren

Wir beleidigen und verunglimpfen unsere Vajra-Brüder und -Schwestern, anstatt ihnen Liebe und Freundlichkeit zu erweisen.

ཚིག་དན་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་དམོད་ཆར་འབབས།

TSI NGAN TSAM YANG MI ZOE MOE CHAR BE
Worte schlecht bloß doch ohne Duldsamkeit Fluch Regen Fall

Wenn andere ein paar böse Worte an uns richten, schicken wir ihnen, anstatt Nachsicht zu üben, eine Flut von Flüchen.

འགྲོ་བྱུག་པ་མར་ཤེས་པའི་བྱམས་སྤྱིང་ཇེ།

DRO DRU PHA MAR SHE PAI JAM NYING JE
fühlende Wesen sechs (Bereiche) als Eltern wissen, erkennen Liebe Mitgefühl

Die Liebe und das Mitgefühl, alle Wesen in den sechs Bereichen als unsere eigenen Eltern zu erkennen

བྱང་སེམས་གཏིང་ནས་མ་འབྱོངས་ན་སུན་བཞིན།

JANG SEM TING NE MA JONG NA BUN ZHIN
Bodhisattva, Tiefe von nicht praktizieren Nebel als
altruistische Haltung

Verschwindet wie Nebel, wenn wir es nicht aus der Tiefe des wahren Bodhicitta praktizieren.

བསྐྱེད་ཇོགས་ལམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱས་ལུལ་ཀྱང་།

KYE DZO LAM LA NYAM LEN JAE KHUL KYANG
Entwicklungs- Vollendungs- weg auf Praxis, tun vorgeben, kein jedoch
System System vertraut werden wirkliches Interesse

Wir zwingen uns selbst, die Praktiken der Entwicklung und Vervollständigung von Systemen durchzuführen, aber

ཐ་མལ་འབྲུལ་འབྲུམས་འདི་ལ་གླུགས་མ་རྟེན།

THA MAL TRUL JAM DI LA LAG MA NYE
gewöhnlich Verwirrung, eingetaucht dies zu Alternative nicht bekommen
Bestürzung

Wir können sie nicht als Alternative zum Versinken in alltäglicher Verwirrung nutzen.

མདོ་སྲུགས་ཚེས་ཕྱག་སྟོང་ཉིད་དེ་ཤེས་ཀྱང་།

DO NGA CHO PHU TONG NYI NGO SHE KYANG
Sutra Tantra Dharma Tiefe, innen Leerheit erkennen jedoch

Wir wissen, dass Leerheit sowohl im Sutra als auch im Tantra die Essenz des Dharma ist, dennoch,

སྟོང་གོ་མ་ཚོད་རང་རྒྱད་རྩ་ལྷུང་གྱིང་།

TONG GO MA CHO RANG GYU RA TAR GYONG
Leerheit Verstehen nicht bekommen mentaler Fluss, Horn als hart,
Persönlichkeit fest

Indem wir es nicht richtig verstehen, wird unser Geist so steif und hart wie Horn.

Wir beleidigen und verunglimpfen unsere Vajra-Brüder und -Schwestern, anstatt ihnen Liebe und Freundlichkeit zu erweisen. Wenn andere ein paar schlechte Worte an uns richten, schicken wir ihnen eine Flut von Flüchen, anstatt Nachsicht zu üben. Die Liebe und das Mitgefühl, alle Wesen in den sechs Bereichen als unsere eigenen Eltern zu erkennen, verschwinden wie Nebel, wenn wir sie nicht aus der Tiefe des wahren Bodhicitta heraus praktizieren. Wir zwingen uns selbst, die Praktiken der Entwicklungs- und Vollendungssysteme zu machen, aber wir können sie nicht als Alternative zum Versinken in der alltäglichen Verwirrung nutzen. Wir wissen, dass Leerheit sowohl im Sutra als auch im Tantra die Essenz des Dharma ist, aber da wir kein richtiges Verständnis davon erlangen, wird unser Geist so steif und hart wie Horn.

གནས་ལུགས་སློམ་གྱི་རང་ཚུགས་མ་ཟེན་པར།

NAE LU GOM GYI RANG TSHU MA ZIN PAR
ursprüngliche Natur Praxis von Balance nicht halten

Indem wir nicht die entspannte Zuversicht des Verweilens in unserer ursprünglichen Natur aufrechterhalten,

ལ་ཁྱེར་ལྟ་བུ་བས་རྒྱ་འབྲས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱར།

KHA KHYER TA WAE GYU DRE LUNG LA KUR
Lippenbekenntnis mit dieser Sicht Karma, Ursache und Wirkung Wind im verstreuen
(d.h. alle Sorgfalt bzgl. Handlungen aufgeben)

Wir legen nur Lippenbekenntnisse zu dieser Sichtweise ab und schlagen Ursache und Wirkung in den Wind.

བྱི་ལྷུང་ཚུལ་འཚོས་སྟོན་ལམ་བཟང་ན་ཡང་།

CHI TAR TSHUL CHO CHOE LAM ZANG NA YANG
äußerlich diszipliniertes Verhalten Verhaltensweise gut jedoch

Nach außen hin erscheinen wir diszipliniert und verhalten uns sehr gut,

ནང་དུ་ཆགས་སྲིད་འདོད་རྣམས་མེ་ལྷུང་འབར།

NANG DU CHA SE DOE NGAM ME TAR BAR
innerlich Haften Begierde Verlangen Gier Feuer wie lodern

Doch in unserem Inneren lodern Anhaftung, Begierde, Verlangen und Gier wie Feuer.

ལུས་འདི་དབེན་པའི་རི་ལ་གནས་ལུལ་ཀྱང་།

LU DI WEN PAI RI LA NAE KHUL KYANG
Körper dies isoliert Berg in bleiben Show, Vorgeben jedoch

Auch wenn wir unseren Körper sich in der Einsamkeit der Berge befinden lassen,

སེམས་འདིས་ཉིན་མཚན་བར་མེད་གོང་ཡུལ་འགྲིམས།

SEM DI NYIN TSHAN BAR ME DRONG YUL DRIM
Geist durch dies Tag Nacht ständig Städte besuchen

Schweifen unsere Gedanken unaufhörlich zur Stadt ab, bei Tag und bei Nacht.

རང་མགོ་ཐོན་པའི་གདིང་ཚད་མ་ལོངས་བཞིན།

RANG GO THON PAI DING TSHE MA LONG ZHIN
eigen Kopf Erfahrung Zuversicht nicht haben als

Wir vertrauen nicht auf unsere eigene Erfahrung und Praxis,

གཞན་མགོ་འདོན་པའི་བསམ་སྦྱར་གྱིས་པའི་སྦྱང་།

ZHAN GO DON PAI SAM JOR JI PAI DRUNG
andere Kopf Rat, Richtung Kind, des Geschichte

Doch geben wir anderen Ratschläge, wie ein Kind, das eine Geschichte erzählt.

Da wir nicht das entspannte Vertrauen haben, in unserer ursprünglichen Natur zu verweilen, geben wir bezüglich dieser Sichtweise nur Lippenbekenntnisse ab und schlagen Ursache und Wirkung in den Wind. Äußerlich erscheinen wir diszipliniert und verhalten uns sehr gut, doch im Inneren lodern Anhaftung, Verlangen, Begierde und Gier wie Feuer. Obwohl wir unseren Körper in die Einsamkeit der Berge platzieren, irrt unser Geist bei Tag und Nacht unaufhörlich in der Stadt umher. Wir trauen unserer eigenen Erfahrung und Praxis nicht, aber wir geben anderen Ratschläge wie ein Kind, das eine Geschichte erzählt.

དགོན་མཚོག་སྤྲུགས་རྗེས་བསྐྱབ་མི་སྲིད་ཀྱང་།

KON CHO THU JE LU WA MI SI KYANG
drei Juwelen Mitgefühl betrügen nicht möglich jedoch

Es ist unmöglich, durch das Mitgefühl der Drei Juwelen betrogen zu werden.,

མོས་གྲུས་ཞན་པས་རང་གིས་རང་བསྐྱབ་དོགས།

MOE GUE ZHAN PA RANG GI RANG LUE DO
Hingabe Respect abnehmend Selbst durch Selbst betrogen gehindert

Doch aufgrund unserer mangelnden Hingabe betrügen wir und schaden uns selbst.

འདི་ལྟར་དམ་པའི་ཚོས་དང་སྐྱེ་མ་ལ།

DI TAR DAM PAI CHO DANG LA MA LA
so heilig, sakral, exzellent Dharma und Guru zu

Obwohl wir also frei sind von den falschen Sichtweisen, die aus dem Mangel an Glauben

ཡིད་མ་ཚེས་པའི་ལོག་ལྟ་མེད་ཚོད་ཀྱང་།

YI MA CHE PAI LOG TA ME MOE KYANG
ohne Glauben, ohne Vertrauen falsche Sicht ohne sind doch
in den offenen Geist

An den Guru und den heiligen Dharma hervorgehen,

དུས་ངན་སེམས་ཅན་ལས་ངན་ཁ་མ་གང་།

DUE NGAN SEM CHAN LAE NGAN KHA MA GANG
Zeiten schlecht, schwer fühlende Wesen schlechte Handlungen nicht erfüllt

Aufgrund dieser schlechten Zeiten führen wir fühlende Wesen schlechte Handlungen aus und bleiben unzufrieden.

གོ་བཞིན་ཤེས་བཞིན་བག་མེད་དབང་དུ་ཤོར།

GO ZHIN SHE ZHIN BA ME WANG DUE SHOR
Verstehen Realisieren sorglos Macht unter gegangen, gefallen

Unser Verständnis und unsere Klarheit sind unter die Macht der Nachlässigkeit geraten.

བླ་ཤེས་བྱ་ར་མ་ཐོང་གྱིང་ཆེན་བདེ།

DRAN SHE JA RA MA THONG GYONG CHEN DA
Achtsamkeit sorgen ohne Erfolg Verlust, Problem groß bringt

Indem wir unsere Achtsamkeit nicht schützen, erleiden wir große Verluste.

ད་ལྟ་རང་སློབ་རང་ལ་དཔྱད་ཉིན་མོ།

DAN TA RANG LOE RANG LA CHE NYIN MO
jetzt eigen durch Intellekt Selbst zu untersuchen Zeit haben zu

Wir müssen uns jetzt die Zeit nehmen, uns selbst sehr genau zu prüfen.

Es ist unmöglich, durch das Mitgefühl der Drei Juwelen betrogen zu werden, doch aufgrund unserer mangelnden Hingabe betrügen wir und schaden uns selbst. Obwohl wir also frei von den falschen Sichtweisen sind, die aus mangelndem Glauben an den Guru und das heilige Dharma hervorgehen, führen wir fühlenden Wesen aufgrund dieser schlechten Zeiten schlechte Handlungen aus und bleiben unzufrieden. Unser Verständnis und unsere Klarheit sind unter die Macht der Unachtsamkeit geraten. Indem wir unsere Achtsamkeit nicht schützen, erleiden wir großen Verlust. Wir müssen uns jetzt die Zeit nehmen, uns sehr sorgfältig zu prüfen.

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་འཇུག་པའི་ཁ་སློན་སོང་།

JAE TSHAE THAM CHE TRUL PAI KHA NON SONG
getan was immer, so viel wie alles Verwirrung vermehrt

Alles, was wir getan haben, hat nur zu unserer Verwirrung beigetragen.

བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་འཛིན་པར་སོང་།

SAM TSHAE THAM CHE NYON MONG DZIN PAR SONG
Gedanke, so viel wie alles Plage (Anhaftung, Greifen, gegangen
Konzept Abneigung usw.) vermischt mit

All unsere Gedanken sind durchdrungen von den Plagen und dem Greifen.

དགེ་བའང་སྤྲིག་པས་མ་བསྐྱད་མེད་མཐོང་བས།

GE WANG DIG PAE MA LE ME THONG WAE
Tugend auch irrtümlich nicht gemischt ohne sehen durch

Die Tugend, die wir tun, ist immer mit Irrtum vermischt, und obwohl wir das sehen, tun wir nichts dagegen.

མཐར་སྐབས་འགྲོ་ས་པའི་སོང་ལས་གཞན་ཅི།

THAR THU DRO SA NGAN SONG LAE ZHAN CHI
Letztendlich Bestimmung drei niedere Bereiche* wo anderes als dort?

*Tiere, hungrige Geister und Höllen

Wo sonst kann also unser endgültiges Ziel liegen als in den drei unteren Bereichen?

དེ་ལྟར་རང་གི་སློབ་ཚུལ་བྱ་བཞག་རྣམས།

DE TAR RANG GI CHO TSHUL JA ZHA NAM
so meine Handlung, Verhalten Weg, System alle Handlungen

Wenn wir dann alle unsere Handlungen und Verhaltensmuster betrachten,

བླ་ནས་རང་གིས་རང་ལ་ཡི་ཆད་ཅིང་།

DRAN NE RANG GI RANG LA YI CHE CHING
erinnere dann selbst durch selbst zu Zuversicht verlieren, Reue

Verlieren wir das Vertrauen in uns selbst, und

གཞན་ལ་བཟླས་ཀྱང་ཡི་སྐྱབས་ཁ་སློན་ལས།

ZHAN LA TAE KYANG YI MU KHA NON LAE
andere zu schauen auch enttäuscht kritisch dann

Wenn wir andere betrachten, sind wir enttäuscht und kritisch, und dann

ཕན་གྲོགས་སློབ་པ་མཁན་སུ་མ་བྱུང་།

PHEN DRO LO BA PHAB KHAN SU MA JUNG
förderlich Freund, Helfer vertrauender Geist verlässlicher Helfer als nicht erstehen

Finden wir niemanden, auf den wir uns verlassen können, um uns zu beruhigen und zu helfen.

Alles, was wir getan haben, hat nur zu unserer Verwirrung beigetragen. All unsere Gedanken sind durchdrungen von den Plagen und vom Greifen. Die Tugend, die wir tun, ist immer mit Fehlern vermischt, und obwohl wir das sehen, tun wir nichts dagegen, so dass unser endgültiges Ziel nur die drei unteren Bereiche sein können. Wenn wir dann alle unsere Handlungen und Verhaltensmuster betrachten, verlieren wir das Vertrauen in uns selbst, und wenn wir andere betrachten, sind wir enttäuscht und kritisch und finden niemanden, der uns beruhigen und helfen kann.

ད་ནི་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བཏོན་ན།

DA NI RANG GO RANG GI MA TON NA
jetzt eigen Kopf selbst durch nicht zeigen wenn

Wenn wir uns jetzt nicht selbst Klarheit verschaffen,

གཤམ་ཇི་ལོ་ཉེ་ལག་ཏུ་ཚུད་ཟིན་དུས།

SHIN JEI PHO NYAI LAG TU TSHU ZIN DUE
Yama, Herr des Todes Boten Hand in gefangen wenn

Wenn wir dann von den Händen von Yamas Boten ergriffen werden,

གཞན་པ་སུས་ཀྱང་སློབ་པའི་རེ་བ་ཟད།

ZHAN PA SUE KYANG LO PAI RE WA ZAE
andere durch wen auch des Lehrers Hoffnung beenden, zerstören

Wer von uns wird die Hoffnungen seiner Lehrer⁴ nicht zerstört sehen?

རེ་སྟོང་བསྐྱབ་པས་བསྐྱབ་ལ་མ་ཚོར་རམ།

RE TONG GU PAE LUE PA MA TSHOR RAM
Hoffnungen leer warten betrogen nicht fühlen oder

Wenn wir dann mit unerfüllten Hoffnungen warten, werden wir uns dann nicht betrogen fühlen?

དེས་ན་རང་སྐྱོན་ངོས་ཟིན་གཞོན་འགྲོད་ཀྱིས།

DE NA RANG KYONG NGOE ZIN NONG GYOE KYI
so eigene Fehler erkennen bereuen, Schuld Reue durch

Mit Schuldgefühlen und Reue, die aus dem Erkennen unserer eigenen Fehler hervorgehen,

ཚོས་འགལ་ཉེས་ལྷུང་ཉམས་ཆག་ཅི་མཆིས་པ།

CHO GAL NYE TUNG NYAM CHA CHI CHI PA
Dharma Irrtum Fehler Verfehlung Vergehen welche auch immer getan

Aufgrund von was auch immer an Fehlern im Dharma, an Irrtümern, Brüchen und Verfehlungen, die wir begangen haben,

མི་འཆབ་མི་སྲིད་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ལྔ་ན་དུང་།

MI CHA MI BE YE SHE CHAN DEN DRUNG
nicht wiederholen nicht tun ursprüngliches Wissen Auge haben vor, davor
(d.h. Buddha)

Entschlossen, sie nie wieder zu wiederholen, vor jenen, die das Auge des ursprünglichen Wissens haben,

སྤྱིང་ནས་བཤགས་སོ་བཅུ་བས་བཟོད་བཞེས་ལ།

NYING NE SHA SO TSE WAE ZOE ZHE LA
Herz von bekennen durch Mitgefühl vergeben dann

Bekennen wir diese aus tiefstem Herzen. Bitte vergebt uns in eurem Mitgefühl!

ལམ་ལོག་གཡང་སའི་འཇིགས་ལས་བསྐྱབ་ནས་ཀྱང་།

LAM LO YANG SAI JIG LAE KYAB NE KYANG
Weg falsch, verkehrt Abgrund Furcht von beschützt dann auch

Bitte beschützt uns vor dem Schrecken der Abgründe des falschen Weges und

ཡང་དག་ཐར་ལམ་ཟིན་པར་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ།

YANG DA THAR LAM ZIN PAR WUG JUNG SOL
sehr rein, perfekt Befreiung Weg halten Inspiration, ersuchen
Bestätigung

Stützt uns, damit wir uns an den reinen Pfad zur Befreiung halten können.

Wenn wir uns jetzt nicht Klarheit verschaffen, wer von uns wird dann, wenn wir in die Hände von Yamas Boten geraten, nicht sehen, wie die Hoffnungen unserer Lehrer⁴ zerstört werden? Werden wir uns dann, wenn wir mit all unseren unerfüllten Hoffnungen warten, nicht betrogen fühlen? Mit Schuldgefühlen und Reue, die aus dem Erkennen unserer eigenen Fehler hervorgehen, bekennen wir daher vor denen, die das Auge der Weisheit haben, aus der Tiefe unseres Herzens all unsere Irrtümer, Fehler, Brüche und Verfehlungen im Dharma und geloben, sie niemals zu wiederholen. Bitte vergebt uns in eurem Mitgefühl. Bitte beschützt uns vor dem Schrecken der Abgründe des falschen Pfades und stützt uns, damit wir uns an den reinen Pfad zur Befreiung halten können.

བྱས་བྱས་བསྐྱབ་བསྐྱབ་མི་ཚེ་བསྐྱལ་ན་ཡང་།

JE JE DRU DRU MI TSHE KYAL NA YANG
tun tun praktizieren vollenden menschlich Leben verbringen auch

Wir verbringen unser Leben so geschäftig, ach so geschäftig, damit, dies und jenes zu tun, und doch

དོན་སྲིད་ལག་དུ་ལོན་པ་གཅིག་མ་བྱུང་།

DON NYING LAG TU LON PA CHI MA JUNG
Bedeutung, Wert essentiell Hand in leer ein nicht bekommen

Stehen wir mit leeren Händen da, ohne auch nur einen Funken der essenziellen Wahrheit.

ད་ནི་ཀུན་ཤེས་གཅིག་སྟུག་ལམ་བོར་ནས།

DA NI KUN SHE CHI DUG LAM BOR NE
jetzt alles wissen ein Leiden Weg verwerfen zehn

Nun, da ich den Pfad des Wissens über viele Dinge aufgegeben habe und doch nur Leiden erfahre,

གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་ལམ་ལ་ཅིས་མི་འདུག།

CHIG SHE KUN DROL LAM LA CHI MI JU
ein wissen alles frei Weg auf warum nicht betreten

Warum sollte ich nicht den Weg gehen, nur eine Sache zu wissen und frei von allem zu sein?

མི་བསྐྱེད་སེམས་པའི་རེ་ལྟོས་གཅིག་ཚོག་མགོན།

MI LU NGE PAI RE TOE CHI CHO GON
nicht betrügen, täuschen gewiss hoffen stützen einzig Wohltäter

Unerschütterlicher wahrer Wohltäter, unsere einzige Hoffnung und Stütze,

རྩ་བའི་སླ་མ་སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ལ།

TSA WAI LA MA KYAB NAE KUN DUE LA
Wurzel Guru Zuflucht, Ort des Schutzes alles umfassen, zu verkörpern

Wurzelguru, der alle Orte der Zuflucht umfasst,

ཅེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་ལགས་ན།

TSE CHI GUE PAE SOL WA DE LA NA
Eins-gerichtet durch Hingabe beten, ersuchen tun falls, wenn

Wenn wir zu dir beten mit zielgerichteter Hingabe,

ཐུགས་རྗེ་གཟིགས་ཤིག་སྐྱབས་མཚོག་རྒྱུ་ཚེན་རྗེ།

THU JE ZI SHI KYAB CHO DRIN CHEN JE
mitfühlend schaue auf uns! Zuflucht höchst gütigst edel

Bitte schaue mit Mitgefühl auf uns, unsere höchste Zuflucht, gütigster Herr!

Wir verbringen unser Leben geschäftig, so sehr geschäftig, damit, dies und jenes zu tun, und doch stehen wir mit leeren Händen da, ohne auch nur ein Atom der essenziellen Wahrheit zu kennen. Wenn wir nun den Pfad verlassen, auf dem wir viele Dinge wissen und doch nur Leiden erfahren, warum sollten wir dann nicht den Pfad betreten, auf dem wir eine Sache wissen und von allem frei sind? Unerschütterlicher wahrer Wohltäter, unsere einzige Hoffnung und Stütze, Wurzelguru, der alle Orte der Zuflucht umfasst, wenn wir mit eins-gerichteter Hingabe zu dir beten, bitte schau mit Mitgefühl auf uns, unsere höchste Zuflucht, gütigster Herr!

རང་སྐྱོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

RANG KYON RANG GI THONG WAR JIN GYI LO
mein Fehler selbst durch sehen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir unsere eigenen Fehler erkennen.

གཞན་སྐྱོན་བཟོ་འདོད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

ZHAN KYON TA DOE ME PAR JIN GYI LO
andere Fehler untersuchen ohne Wunsch bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir nicht das Verlangen haben, die Fehler anderer zu untersuchen.

བསམ་ངན་གདུག་རྩུབ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

SAM NGAN DU TSUB ZHI WAR JIN GYI LO
Gedanken schlecht Störung grob befrieden bitte segne mich

Bitte segne uns mit der Beseitigung all unserer störenden schlechten Gedanken.

བསམ་བཟང་ཁོངས་ནས་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

SAM ZANG KHONG NE CHAR WAR JIN GYI LO
Gedanken gut tief innen von aufkommen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit gute Gedanken aus unserem Inneren heraus aufkommen.

འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

DOE CHUNG CHO SHE DAN PAR JIN GYI LO
Verlangen wenig Grenze, Kapazität kennen haben bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir wenig Verlangen haben und unsere Grenzen kennen.

ནས་འཚི་ཆ་མེད་དུ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

NAM CHI CHA ME DRAN PAR JIN GYI LO
wann sterben ungewiss erinnern bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir uns daran erinnern, dass der Zeitpunkt des Todes ungewiss ist.

འཚི་དུས་སློ་ལྷག་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHI DUE LO LHAG ME PAR JIN GYI LO
sterben wenn Vorlieben, Absichten restlos Bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir frei von weltlichen Absichten sind, wenn wir sterben.

ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHO LA YI CHE KYE WAR JIN GYI LO
Dharma zu glauben erstehen, geboren werden bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wahres Vertrauen in den Dharma in uns geboren wird.

Bitte segne uns, damit wir unsere eigenen Fehler erkennen. Bitte segne uns, damit wir kein Verlangen danach haben, die Fehler anderer zu untersuchen. Bitte segne uns, dass wir all unsere störenden schlechten Gedanken loswerden. Bitte segne uns, damit gute Gedanken aus unserem tiefen Inneren hervorgehen können. Bitte segne uns, damit wir wenig Verlangen haben und unsere Grenzen kennen. Bitte segne uns, damit wir uns daran erinnern, dass der Zeitpunkt des

Todes ungewiss ist. Bitte segne uns, damit wir frei von weltlichen Absichten sind, wenn wir sterben. Bitte segne uns, damit wahres Vertrauen in den Dharma in uns geboren wird.

དག་སྣང་ཕྱོགས་མེད་འབྱོར་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DA NANG CHO ME JONG PAR JIN GYI LO
reine Vision Parteilichkeit, Partei ergreifen Praxis bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir eine reine, unvoreingenommene Sichtweise praktizieren können.

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CHO MIN MOE GUE KYE WAR JIN GYI LO
nicht-künstlich, ungekünstelt Hingabe Respekt aufkommen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir wahre, echte Achtung und Hingabe spüren.

ལོངས་མེད་སློ་སྣང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LONG ME LO NA THUNG WAR JIN GYI LO
nicht erhältlich Verlangen, Ideen verringern bitte segne mich

Bitte segne uns, damit sich unser Verlangen nach dem, was wir nicht erhalten können, verringert.

སློ་ཕུག་ཚོས་ལ་གཏད་ལུས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LO PHU CHO LA TAE NU JIN GYI LO
Geist, in Tiefe, Dharma als fixieren, Macht bitte segne mich
Verstand Erfahrung etablieren

Bitte segne uns mit der Kraft, Dharma in der Tiefe unseres Geistes zu etablieren.

ཚོས་ཕུག་སྐབ་ལ་བཅོན་ལུས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CHO PHU DRU LA TSON NU JIN GYI LO
Dharma Tiefe Praxis zu Fleiß Macht bitte segne mich

Bitte segne uns mit der Kraft des Fleißes, den Dharma in seiner Tiefe zu praktizieren.

སྐབ་ཕུག་རང་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DRU PHU RANG GYU DROL WAR JIN GYI LO
Praxis Tiefe eigene mentale Befähigung, befreien bitte segne mich
Persönlichkeit

Bitte segne uns, damit wir all unsere Erfahrungen in der Tiefe der Praxis befreien können.

སྐབ་ལ་བར་ཆེད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DRU LA BAR CHE ME PAR JIN GYI LO
Praxis zu Hindernisse ohne bitte segne mich

Bitte segne uns, damit unsere Praxis frei von Hindernissen ist.

སྐབ་འབྲས་ལྗར་དུ་སླིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DRU DRAE NYUR DU MIN PAR JIN GYI LO
Praxis Resultat schnell reifen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit die Resultate der Praxis schnell reifen!

Bitte segne uns, damit wir eine reine, unvoreingenommene Sichtweise praktizieren. Bitte segne uns, damit wir echten, aufrichtigen Respekt und Hingabe empfinden. Bitte segne uns, damit sich unser Verlangen nach dem, was wir nicht erhalten können, verringern. Bitte segne uns mit der Kraft, Dharma in der Tiefe unseres Geistes zu verankern. Bitte segne uns mit der Kraft des Fleißes, den Dharma in seiner Tiefe zu praktizieren. Bitte segne uns, damit wir alle unsere Erfahrungen in der Tiefe der Praxis befreien. Bitte segne uns, damit unsere Praxis frei von Hindernissen ist. Bitte segne uns, damit die Resultate der Praxis schnell heranreifen!

འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལུན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

TREL TSHE DON DANG DAN PAR JIN GYI LO
jene, mit denen ich verbunden bin bedeutungsvoll bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir allen, mit denen wir verbunden sind, Sinn und Nutzen bringen.

རེ་དོགས་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

RE DO NYI DZIN ZHIG PAR JIN GYI LO
Hoffnung Zweifel Dualismus zerstören bitte segne mich

Bitte segne uns mit der Zerstörung der Dualität und ihrer Hoffnungen und Befürchtungen.

གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

NYI ME YE SHE THONG WAR JIN GYI LO
nicht-dual ursprüngliches Wissen sehen, erfahren bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir in das nicht-duale ursprüngliche Wissen eintreten.

ཡེ་ཤེས་རང་དོ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

YE SHE RANG NGO SHE PAR JIN GYI LO
ursprüngliches Wissen eigene Essenz kennen, erkennen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir das ursprüngliche Wissen um unsere eigene Essenz verwirklichen können.

རང་བོལ་བཅོན་ས་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

RANG THOG TSAN SA ZIN PAR JIN GYI LO
selbst auf sicher Ort* halten, verweilen in bitte segne mich

*ungeborene Freiheit

Bitte segne uns, damit wir an dem sicheren Ort bleiben, genau dort, wo wir sind.

སྔོན་མེད་གཤིང་ཆེན་བོལ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

TSOL ME DING CHEN THO PAR JIN GYI LO
ohne dualistische Anstrengung große Zuversicht erlangen bitte segne mich

Bitte segne uns, damit wir große Zuversicht in das Nicht-Tun gewinnen.

Bitte segne uns, damit wir allen, mit denen wir verbunden sind, Sinn und Nutzen bringen. Bitte segne uns mit der Zerstörung der Dualität und ihrer Hoffnungen und Befürchtungen. Bitte segne uns, damit wir in das nicht-duale ursprüngliche Wissen eintreten. Bitte segne uns, damit wir das ursprüngliche Wissen um unsere eigene Essenz verwirklichen. Bitte segne uns, damit wir an dem sicheren Ort verweilen, genau dort, wo wir gerade sind. Bitte segne uns, damit wir große Zuversicht in das Nicht-Tun gewinnen.

ཡེ་གནས་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེའི་མཚོན་ཆེན་གྱིས།

YE NAE YE SHE DOR JEI TSHON CHEN GYI
von Anfang gegenwärtiges ursprünglich Vajra, unzerstörbar Waffe groß durch
an wissen

Mit der großen unzerstörbaren Waffe des ursprünglichen Wissens, das immer schon gegenwärtig ist,

འཁོར་འདས་སྟོང་སྟོག་དུས་གཅིག་བཅད་ནས་ཀྱང་།

KHOR DAE TONG SO DUE CHI CHE NE KYANG
Samsara Nirvana tausend Lebens- Zeit ein schneiden dann auch
Dinge Kraft (in der Art von Vajrasattva)

Möge die gesamte Vielfalt von Samsara und Nirvana in einem einzigen Augenblick abgeschnitten werden.

མ་འགག་བདེ་ཆེན་སྐྱེམས་མའི་དགའ་སྟོན་ལ།

MA GA DE CHEN NYEM MAI GA TON LA
ohne Ende große Name der Gefährtin festliche Feier am, in
Glückseligkeit von Vajrasattva

In dem unaufhörlichen großen Glück von Nyemas Feier

འདྲ་འདྲལ་མེད་པར་སྟོད་པས་རྟག་ཅེན་ཤོག།

DU TRAL ME PAR CHO PAE TAG TSEN SHO
verbinden trennen ohne durch Verhalten permanent sicher möge da sein
(d.h.unveränderlich)

Mögen wir alle dauerhafte Sicherheit in einem Verhalten finden, das frei von jeglicher Veränderung ist.

མཉམ་བཤམ་གྲོང་ན་སྤྱལ་བ་སྤམ་མིང་ཅམ་མེད།

NYAM DAL LONG NA DU NGAL MING TSAM ME
eben, verbreiten, Weite und Tiefe in Leiden Name sogar ohne
gleich durchdringen (Nicht-Dualität von Leerheit und Bewusstheit)

In der Unendlichkeit, die überall gleich ist, gibt es nicht einmal den Namen des Leidens –

དེས་ན་བདེ་བ་འཚོལ་མཁན་སུ་ཞིག་མཚིས།

DE NA DE WA TSHOL KHAN SU ZHI CHI
wenn es dies gibt Glück Person, die danach schaut wo könnte es geben

Wen könnte man dort dort noch finden bei der Suche nach Glück?

བདེ་སྤྱལ་རོ་མཉམ་འཛིན་མེད་རང་གྲོལ་གྱི།

DE DU RO NYAM DZIN ME RANG DROL GYI
Glück Sorge Geschmack gleich frei von Greifen selbst-befreiend von

Der selbst-befreiende Zustand, frei vom Greifen, wo Glück und Leid den gleichen Geschmack haben –

ཀུན་བཟང་རྒྱལ་སྤྱི་ཚོ་འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག།

KUN ZANG GYAL SI TSHE DIR THO PAR SHO
Samantabhadra, Königreich Leben dieses erlangen möge es da geben
'immer gut'

Mögen wir noch in genau diesem Leben das Königreich von Samantabhadra erlangen.

Mit der großen unzerstörbaren Waffe des ursprünglichen Wissens, das immer schon gegenwärtig ist, möge die gesamte Vielfalt von Samsara und Nirvana in einem Augenblick abgeschnitten werden. Mögen wir alle in dem unaufhörlichen großen Glück des Nyema-Festes dauerhafte Sicherheit in einem Verhalten finden, das frei von jeglicher Veränderung ist. In der Unendlichkeit, die überall gleich ist, gibt es nicht einmal den Namen des Leidens – wen könnte man dort also noch auf der Suche nach Glück finden? Mögen wir noch in diesem Leben das Königreich von Samantabhadra erlangen, den selbst-befreienden Zustand, der frei vom Greifen ist und in dem Glück und Leid den gleichen Geschmack haben.

KOLOPHON

Was diese Arbeit anbelangt, die eine Kombination aus Gebet, reumütigem Bekenntnis und Aspiration ist, hatte meine Frau, Shes-Rab-Ma Rig-'Dzin dBang-Mo, eines Nachts während des zunehmenden Mondes im zehnten Monat des Wasserschwein-Jahres einen Traum, in welchem ihr eine Dame erschien, die schon früher in ihren Träumen vorkam. Diese Dame sagte: „Du solltest Rinpoche jetzt bitten, ein Gebet zu schreiben“, und ging dann weg.

Außerdem erschien später, in der Nacht des zehnten Tages desselben Monats, dieselbe Dame und sagte zu ihr: „Du musst sofort helfen, ein Gebet zu schreiben“, und dann verschwand sie.

Am nächsten Morgen wurde ich über den Traum informiert, aber ich sagte: „Nicht viele Menschen sind bereit, die bereits vorhandenen Gebete zu rezitieren, es ist also nicht so, dass es gegenwärtig keine Gebete gibt.“ Meine Frau bat mich daraufhin, rasch ein Gebet zu schreiben, ohne mich um seine Länge zu kümmern. Da kam mir die Idee, ein Gebet zu schreiben, denn es schien ein Bedürfnis zu sein, Schutz vor den Befürchtungen von Krankheit, Hungersnot, Waffen und Kämpfen zu erbitten, die in dieser Zeit vorherrschen. Aber es blieb nur bei einer Absicht, da andere Dinge geschahen und die Sache weniger dringend erschien.

Später jedoch, am Abend des 10. Tages des 11. Monats, erschien die Dame erneut im Traum meiner Frau und sagte: „Meine Bitte um dieses Gebet ist nicht bloß von geringer Bedeutung. Es ist eine große Notwendigkeit.“ Auf der Grundlage dieses Traums hatte ich am Morgen des 15. Tages dieses Monats die Idee, etwas zu schreiben.

Dann, am Abend des 14. Tages des nächsten Monats, betete ich zielstrebig zu Guru Rinpoche und wünschte mir einen sehr bedeutsamen Segen.

Beim Hahnenschrei am nächsten Morgen hatte ich einen Traum, in dem ich in einem großen Gebäude saß, das meinem Tempel ähnelte. Plötzlich erschien ein weißer Mann, jung, weiß gekleidet und mit langen, wallenden Locken. Er spielte sehr leise auf den Zimbeln und tanzte im Uhrzeigersinn die spiralförmigen Schritte des Ging, als er durch die Tür kam und sich mir immer mehr näherte, während er diese Worte rezitierte:

„Wenn du den Dharma etablieren willst, dann pflanze ihn in dein Herz.
 Wenn er in der Tiefe deines Herzens ist, wirst du die Buddhaschaft erlangen.
 Wenn du das Buddhaland erreichen willst, dann läutere dein Haften an der gewöhnlichen Verwirrung.
 Glücklicherweise ist das reine Buddhaland direkt vor deiner Nase.
 Entwickle Eifer in der Praxis der Essenz.
 Wenn du nicht praktizierst, wer wird dann die Errungenschaften erlangen?
 Es ist schwierig, die eigenen schlechten Fehler zu sehen.
 Die eigenen Fehler wirklich zu sehen, ist der eine essentielle Punkt in den Dharma-Unterweisungen.
 Reinige allmählich die Fehler, die du hast, und steigere und entwickle die guten Eigenschaften, die du hast.“

Am Ende jeder Zeile steigerte er die Lautstärke der Zimbeln, und am Ende entfernte er sich, während er sie nun sehr laut spielte – dadurch wachte ich auf. Unmittelbar nach dem Erwachen erinnerte ich mich an seine Worte und wusste, dass sie die Schwierigkeit des Trainings im „Ablehnen und Annehmen“ darstellten. Dann, mit dem Bedauern, meinen einzigen Vater, Guru Padmasambhava, direkt vor mir gesehen und ihn nicht erkannt zu haben, schrieb dieser alte Vater der rNying-Ma, Jigral Yeshe Dorje, mit sehnsüchtiger Hingabe dies in Übereinstimmung mit meiner Vision. Möge es nützlich sein.

Nutzen für alle

Anmerkungen

1. Das kurze Kapitel über Unterscheidung ('byd-pa le'u chung) führt sie wie folgt auf: 1. Entwickle Glauben an die Drei Kostbaren Juwelen ohne Kummer und Müdigkeit; 2. Suche letztlich nach der wahren Lehre; 3. Studiere geschickt die ausgezeichneten Wissenschaften; 4. Erinnerung dich zuerst an alles, was unternommen werden soll, und schätze es dann ein; 5. Sehne dich nicht nach einer dir nicht zugewiesenen Arbeit; 6. Schau auf eine höhere Ebene und eifere den Alten und denjenigen mit überragendem Verhalten nach; 7. Vergelte den vergangenen, gegenwärtigen und künftigen Eltern ihre Freundlichkeit; 8. Sei aufgeschlossen und gastfreundlich im Umgang mit älteren und jüngeren Geschwistern und elterlichen Verwandten; 9. Sorge dafür, dass die Jungen die Älteren allmählich respektieren; 10. Zeige liebevolle Freundlichkeit gegenüber deinen Nachbarn; 11. Unterstütze fleißig deine Bekannten, die spirituelle Wohltäter sind; 12. Erfülle vollkommen die Bedürfnisse derer in der Nähe, die durch die weltliche Runde verbunden sind; 13. Hilf anderen durch deine Fähigkeiten in Wissenschaft und Kunst; 14. Biete denen, die darauf angewiesen sind, mit Freundlichkeit eine Zuflucht; 15. Widerstehe schlechten Ratschlägen und erteile Ratschläge, in denen das Glück des Landes gesteigert wird; und 16. Indem du deine Taten der Lehre des Dharma anvertraust, solltest du deinen Ehepartner dazu bringen, den Grund der Erleuchtung in zukünftigen Leben zu erlangen. [Aus: *DIE NYINGMA-SCHULE DES TIBETISCHEN BUDDHISMUS VON DUDJOM RINPOCHE*]
2. 1. Lebewesen nicht töten, sondern sie freikaufen und beschützen. 2. Nicht zu nehmen, was einem nicht gegeben wird, sondern das, was man hat, an andere weiterzugeben. 3. Nicht im sexuellen Verhalten zu schwelgen, sondern sich an die Moral zu halten. 4. Nicht zu lügen, sondern die reine und aufrichtige Wahrheit zu sprechen. 5. Keine zu Streit führenden Reden zu führen, sondern sich bemühen, diejenigen zu versöhnen, die miteinander im Streit liegen. 6. Nicht grobe Worte zu sprechen, sondern sanft und ruhig zu sprechen. 7. Nicht müßig zu klatschen, sondern sich der Rede zu enthalten oder seine Zeit damit zu verbringen, religiöse Bücher zu lesen oder Mantras zu rezitieren. 8. Nicht gierig zu sein, sondern den eigenen Reichtum für ausreichend zu halten und darüber zu meditieren, dass man nicht mehr braucht. 9. Nicht bösen Willen zu hegen, sondern sich um das Wohl anderer zu kümmern. 10. Keine falschen Sichtweisen zu vertreten, sondern an die Drei Juwelen von Buddha, Dharma und Sangha und an die karmische Beziehung von Ursache und Wirkung zu glauben.
3. 1. Andere nicht zu hassen, obwohl man selbst das Objekt ihres Hasses ist. 2. Nicht im Zorn zu vergelten, selbst wenn man zornig ist. 3. Andere nicht zu verletzen, auch wenn man verletzt wurde. 4. Andere nicht zu schlagen, auch wenn man von ihnen geschlagen wird.
4. Obwohl wir viele Anweisungen von unseren gütigen Lehrern erhalten haben, haben wir sie nicht umgesetzt, und so sind die Hoffnungen, die unsere Lehrer in uns gesetzt haben, vergebens.